

<宇佐市介護予防・日常生活支援総合事業>

# 元気アップ訪問事業

～リハビリ専門職による短期集中型サービス～

## 日常生活で、このようなお困りごとはありませんか？



年齢を重ねることで、身体機能の低下や免疫力、抵抗力の低下など、少しずつ身体に変化がでてきます。家の中の少しの段差で躓いたり、これまで当たり前に行ってきた家事が難しくなったと感じている方はいませんか？

そのまま放っておくと、活動量が減り、機能低下が進んだり、ケガや病気を招き、これまでどおり生活を送ることができなくなってしまうかもしれません。

元気アップ訪問事業では、リハビリテーション専門職が自宅を訪問し、機能低下の原因に合わせた相談・助言を行うとともに、**短期集中的**な指導で「自分でできる」を増やします！

### 【利用例①】

転倒・骨折して入院。退院後、ふらつきが出て入院前のように歩くのが難しくなり、階段の昇り降りやお風呂での浴槽の出入りが不安。



階段での動作や、浴槽のまたぎ動作を実際に見てもらい、ふらつきの原因と予防方法について相談・指導を受けましょう！

### 【利用例②】

長時間立っているのが辛く、調理ができにくくなってきた。今まで通り、できることは自分で続けたいのだけど・・・。



姿勢や動作、住環境を評価してもらい、自分でできるようになるための機能訓練や環境の工夫を行いましょ！



## 対象者

事業対象者 または 要支援1・要支援2 の認定を受けた方

## 期間・回数

3ヵ月で最大24回まで（1回45分程度）

## 利用料

1回あたり **500円**（1割負担の場合）

※介護保険の負担割合に応じて利用料が異なります。



利用を希望される方は、地域包括支援センターまたは担当のケアマネジャーを通じて、宇佐市介護保険課へ申請してください。

### 【問い合わせ】

宇佐市介護保険課高齢者支援係

☎ 0978-27-8150